



Поведение и деятельность человека стимулируется и регулируется не только эмоциями и чувствами, но и волей. Воля дает возможность сознательно управлять своими внутренними психическими и внешними физическими действиями в самых сложных жизненных ситуациях. К волевой регуляции прибегает человек только в том случае, когда ему необходимо преодолеть трудности, возникающие на пути к достижению поставленной цели. Во всех других случаях регуляция может иметь не волевой, а преднамеренный характер, не требующий никаких усилий от личности. Можно совершать самые разнообразные сложные действия, но они не будут являться волевыми до тех пор, пока человек не будет заставлять себя осуществлять их.

Волевые действия, как и все сознательные действия, имеют одну и ту же общую структуру. Побуждается любое сознательное действие определенным мотивом (потребностью). Затем ставится цель, направленная на предмет, посредством которого будет удовлетворяться потребность. Поскольку одновременно может возникнуть несколько мотивов и удовлетворяться они могут посредством различных объектов, то возникает необходимость принять решение — какой мотив должен прежде всего удовлетворяться и на какой объект должна быть направлена цель. Далее следует планирование действия и выбор средств, при помощи которых будет достигнута цель. Следующим этапом является реализация действия и получение результатов. Заканчивается действие оценкой полученного результата и осмыслением того, достигнута ли поставленная цель или нет.

Воля — это напряженное психическое состояние личности, мобилизующее все ресурсы человека для преодоления трудностей, возникших на пути к достижению поставленных целей. Какие же изменения должны произойти в преднамеренном действии, чтобы оно стало волевым?

Прежде всего изменяется мотивационная сфера. Мотива, возникшего на основе желания уже недостаточно. Необходим дополнительный мотив, который возникает при необходимости действовать не так как «я» хочу, а так как «надо».

В связи с этим изменяется смысловая оценка мотива. Теперь личность должна руководствоваться в своем поведении не личными желаниями и намерениями, а чувством долга и ответственности перед другими людьми. Но одно дело понимать,

что ты должен(а) поступать соответствующим образом, а другое дело осуществлять это на практике. Вот здесь и необходима воля, чтобы сделать усилие.

Наконец, самые сложные волевые усилия надо проявить при реализации волевого поведения, когда при его осуществлении возникают внутренние и внешние препятствия. Здесь, чаще всего, и необходимо проявить волю для того, чтобы мобилизовать все психические и физические ресурсы для их преодоления.

Внешним фактором, влияющим на волевое поведение, являются те обстоятельства, в которых находится человек, и те требования, которые предъявляют к нему окружающие люди. Но, как известно, внешние факторы оказывают влияние на поведение, преломляясь через внутренние психические состояния человека. Поэтому выполнять или не выполнять предъявляемые к нему требования решает сам человек. Если он принимает эти требования, то у него возникает чувство долга, которое и заставляет его совершать волевое действие. Но чтобы это произошло, необходимо, чтобы заданное действие превратилось в лично значимое и нравственно мотивированное действие.

Воля не только стимулирует активность человека, направленную на преодоление трудностей, но и тормозит ее проявление, когда это необходимо для достижения цели. Благодаря побудительной и тормозной функциям воля дает возможность человеку регулировать свою деятельность и поведение в самых сложных условиях. Эти функции воли направлены на преодоление внешних и внутренних препятствий и требуют от человека напряжения всех душевных и физических сил. Когда состояние напряжения, направленное на осуществление побудительной и тормозной функции воли, проявляется повсеместно, оно закрепляется и становится волевым свойством или качеством личности.

Одни из этих свойств связаны с побудительной функцией воли, другие — с тормозной. Таких свойств насчитывается у человека довольно много. Причем, они могут иметь как положительный, так и отрицательный характер. Положительные свойства способствуют преодолению внутренних и внешних препятствий, отрицательные — препятствуют.

Среди качеств, присущих волевой личности, выделяют важнейшие из них: самостоятельность, решительность, настойчивость, упорство, выдержка и самообладание.

Огромное значение в развитии волевых качеств имеет самовоспитание. Ни в какой другой сфере психической деятельности самовоспитание не играет такой роли, как в развитии воли. Только самовоспитание может дать человеку возможность управлять собой, проявлять волевые усилия, мобилизовать все свои ресурсы для преодоления трудностей, побеждать отрицательные качества личности и вредные привычки.